

LIBERTÉ, ÉGALITÉ, CRÉATIVITÉ

MON CAHIER DE CUISSINE



Écrit par le chef: _____

"La gastronomie est l'art d'utiliser la nourriture



pour créer le bonheur".

Theodore Zeldin.

INDEX

1.LA LISTE DES COURSES ET LES USTENSILES

Colorie les aliments. Souligne en rouge les noms masculins et en vert les noms féminins

2.POUR ÉCRIRE UNE RECETTE...

Les verbes pour faire une recette

3.UNE RECETTE: LES CRÊPES

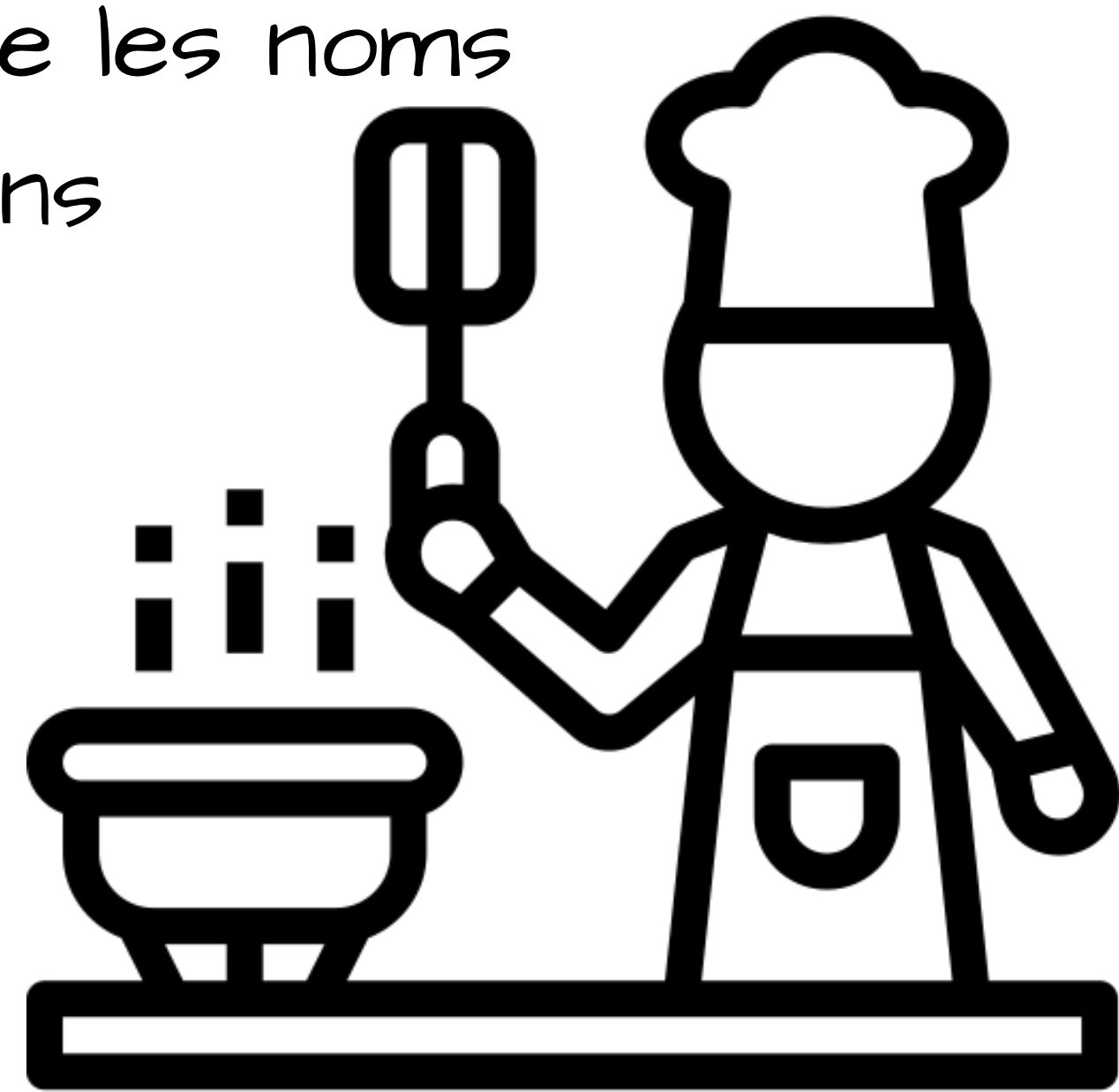
un exemple

4.LA SPÉCIALITÉ DU CHEF

Les mains à la pâte!

5. MES INSPIRATIONS CULINAIRES

Code QR



LIBERTÉ, ÉGALITÉ, CRÉATIVITÉ

LA LISTE DES COURSES



un concombre



une carotte



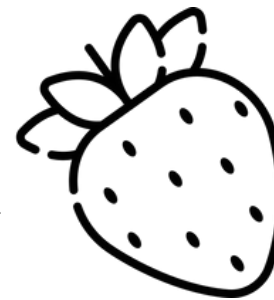
une tomate



une salade



une pomme de terre



une fraise



une aubergine



une banane



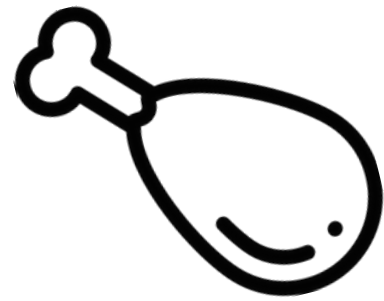
un champignon



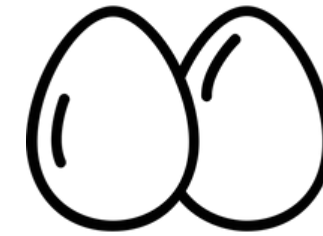
une poire



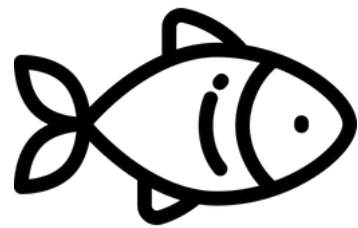
LA LISTE DES COURSES



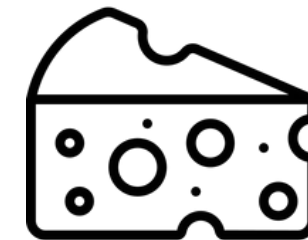
Le poulet



un oeuf



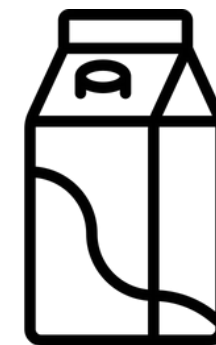
Le poisson



Le fromage



Le riz



Le lait



La farine



Le yaourt

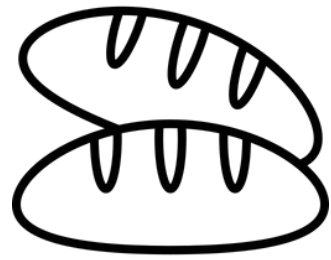


Le beurre



La confiture

LA LISTE DES COURSES



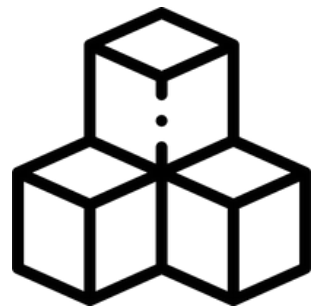
Le pain



L'huile



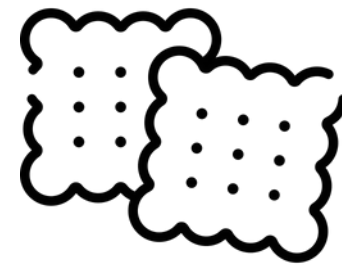
Le sel



Le sucre



Le chocolat



Les biscuits



Les céréales



un oignon

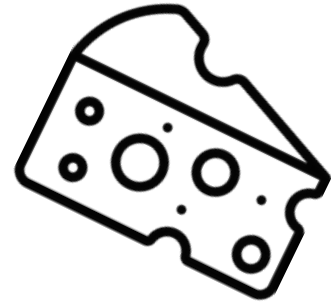


Les pâtes



L'eau

LES ARTICLES PARTITIFS



MASCULIN

Il y a du
fromage

DU

Je mange du
fromage

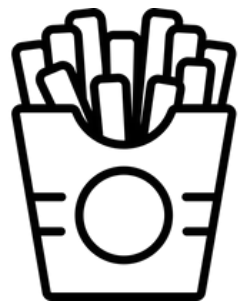
FÉMININ

Il y a de
la glace

DE LA



Je mange de
la glace



PLURIEL

DES

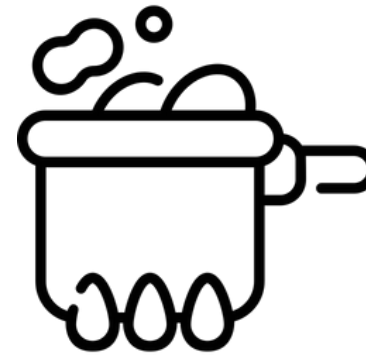
Je mange des frites

Il y a des frites

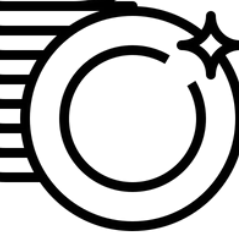
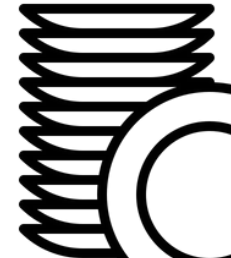
LES USTENSILES



une poêle



une casserole



une assiette



une cuillère



une fourchette



un couteau

LIBERTÉ, ÉGALITÉ, CRÉATIVITÉ

POUR ÉCRIRE UNE RECETTE...



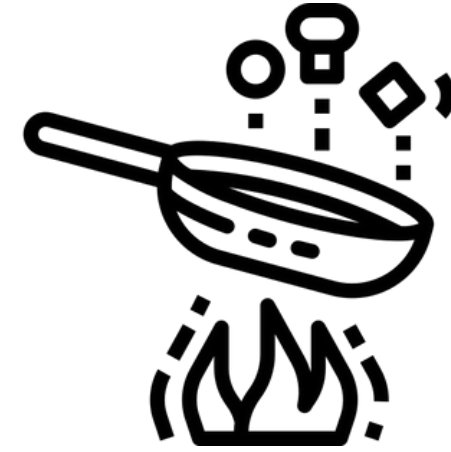
Chauffer



Couper



Mélanger



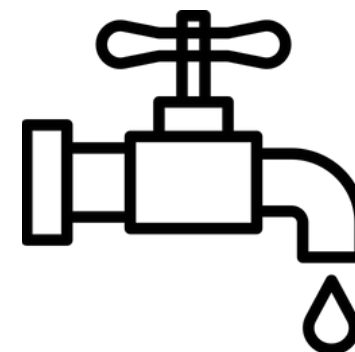
Frire



Verser



Ajouter

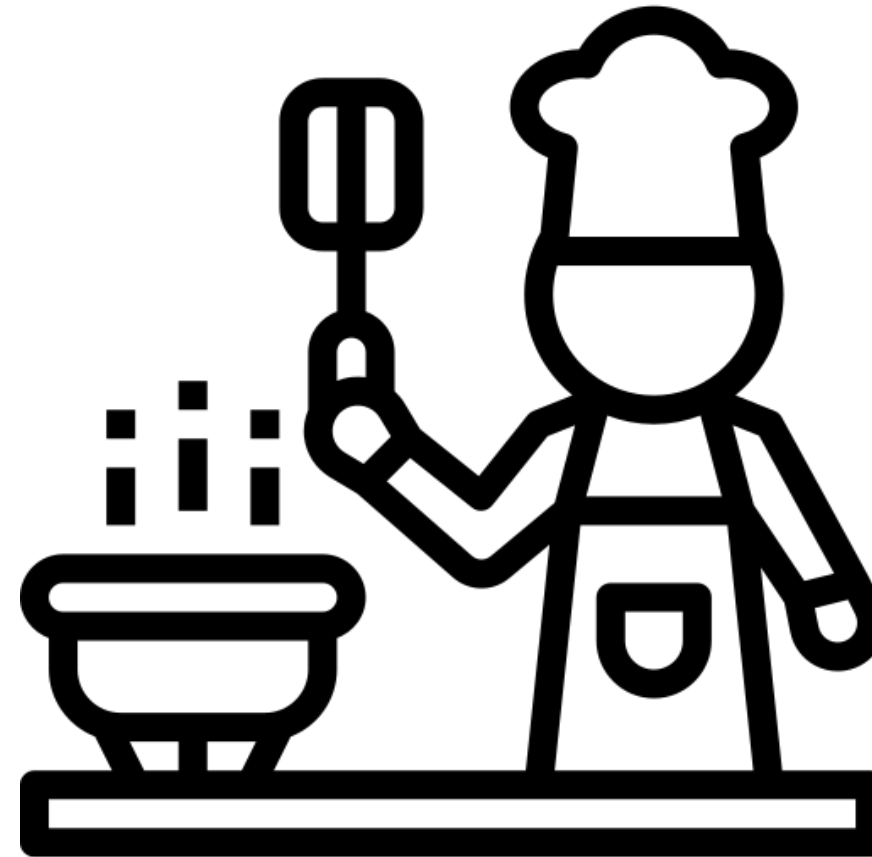
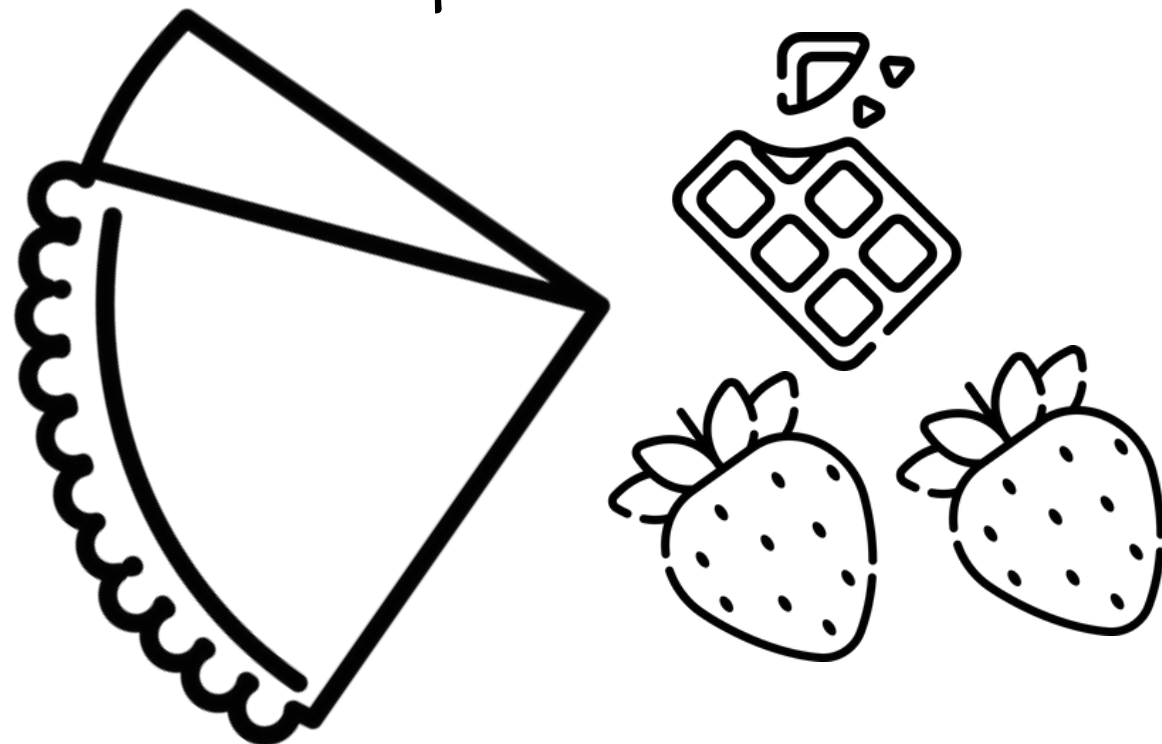


Laver

UNE RECETTE: LES CRÊPES

Ingrédients (pour 30 crêpes)

- 6 oeufs
- 1 pincée de sel
- 500 gr de farine
- 200 gr de sucre
- 1 litre de lait
- du beurre pour la cuisson



Préparation:

1. Mélanger la farine, le sucre et le sel.

2. Ajouter les oeufs. Mélanger bien

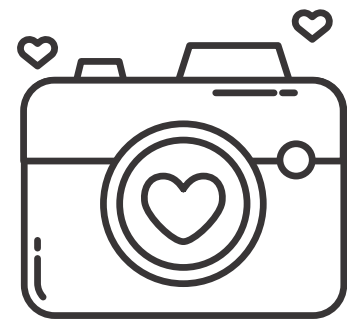
3. Ajouter l'eau, le lait et l'huile. Mélanger doucement.

4. Verser un peu de pâte dans la poêle.

BON APPÉTIT !

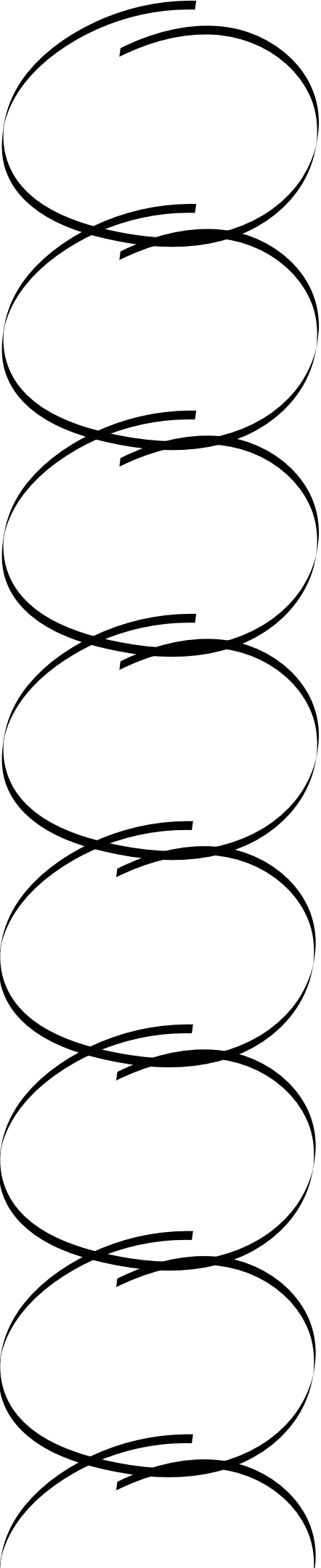
LA SPÉCIALITÉ DU CHEF

Ingredients:



Coller une photo

LIBERTÉ, ÉGALITÉ, CRÉATIVITÉ



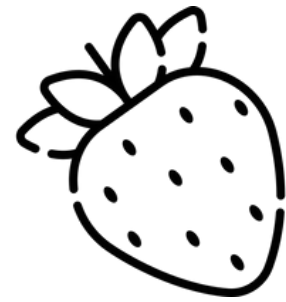
LA SPÉCIALITÉ DU CHIEF

Préparation:

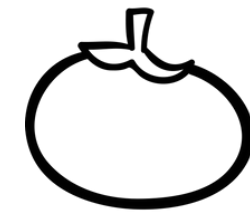
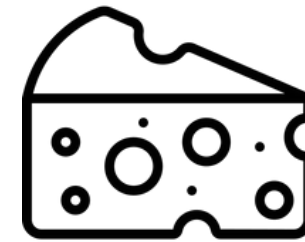
LIBERTÉ, ÉGALITÉ, CRÉATIVITÉ

MES INSPIRATIONS CULINAIRES

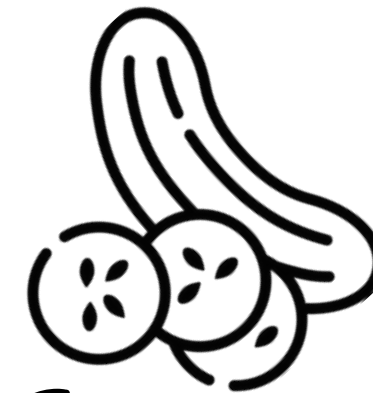
Desserts



Fromage



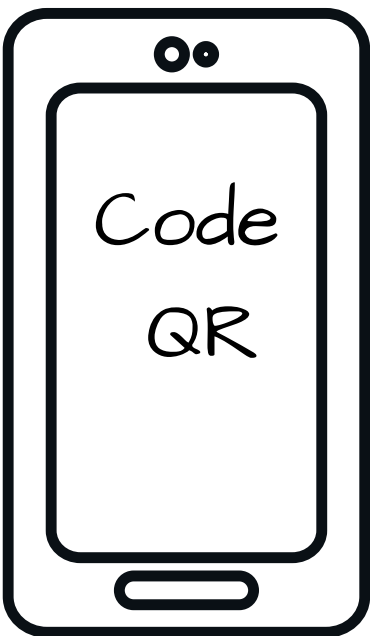
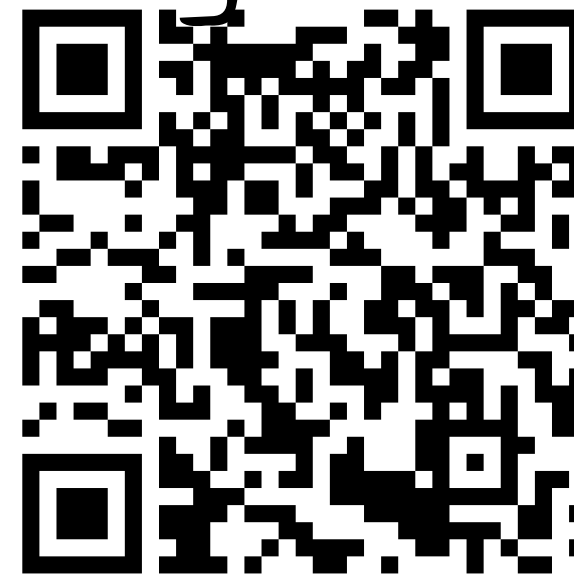
Pizza



Smoothie



Légumes



LIBERTÉ, ÉGALITÉ, CRÉATIVITÉ